



Saison 2026/2027 Activités Adultes



ALLAN COULEURS

Reprise le 15/09/2026

Atelier de peinture

Mardi et vendredi de 14h à 18h

Responsable :

Jocelyne DEMARNE

06.75.57.36.07

allancouleurs@foyer-rural-allan.fr



BADMINTON

Reprise le 14/09/2026

Pratique loisirs, 2 courts intérieurs

Lundi 18h-22h

Mercredi 18h15-20h

Jeudi 17h30-22h

Vendredi 17h30-20h

Responsable :

Fanny COURTESOLLE

badminton@foyer-rural-allan.fr



BIBLIOTHÈQUE

Reprise le 18/08/26

Prêts de livres et

événements culturels

Adhésion gratuite pour les
adhérents du Foyer Rural et les
moins de 18 ans.

Mardi 10h-12h et 14h30-16h

Mercredi 10h-12h

Jeudi 15h30-17h

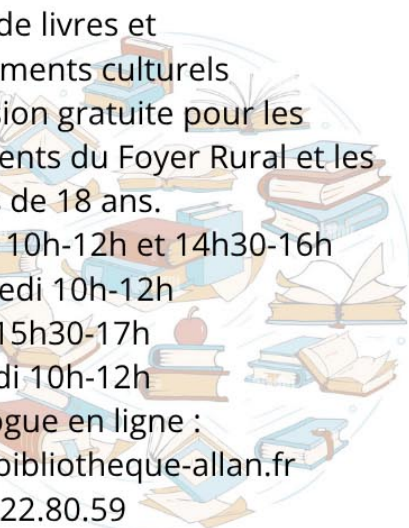
Samedi 10h-12h

Catalogue en ligne :

www.bibliotheque-allan.fr

09.79.22.80.59

bibliotheque@foyer-rural-allan.fr



CARTES

Reprise le 10/09/2026

Pratique loisirs

Skyjo, Coinche, Six qui prend ...

Le jeudi de 18h à 20h

Responsable : Gérard BOISSARD

06.42.56.46.73

boisardent58@hotmail.fr



CHORALE

Reprise le 14/09/2026

Lundi 20h-22h

Responsables :

Solange SOUBEYRAND

06.70.02.48.92

Patrick PAULIN

06.09.83.40.35

chorale@foyer-rural-allan.fr

CONVERSATION ANGLAISE

Mercredi 10h30-12h

Renseignements à l'accueil

04.75.90.51.98 **Date reprise à confirmer**

accueil@foyer-rural-allan.fr

FOOTBALL

Reprise le 07/08/2026

Jours et horaires

en fonction de la catégorie

Responsable :

Florian MOULIN

06.74.95.68.75



GYMNASTIQUE

Gym Adultes Reprise le 07/09/2026

Lundi 18h45-19h45

Jeudi 18h30-19h30

Gym Adultes Cardio/Abdos

Le lundi

17h45-18h45

Reprise le 07/09/2026



Pilates

Reprise le 10/09/2026

Le jeudi 16h30-17h30
et 17h30-18h30

Gym Seniors Actifs

Reprise le 11/09/2026

Le vendredi
De 10h à 11h

Stretching

Reprise le 07/09/2026

Lundi 10h-11h et 11h-12h
Mardi 10h30-11h30
et 18h30-19h30

Responsable Gymnastique :

Christiane TOUREL

06.95.83.89.28

gymnastique@foyer-rural-allan.fr

GYM CHAISE

Reprise le 09/09/2026

Mercredi 15h45-16h45

Vendredi 11h-12h

Responsable :

Martine MOUROU

06.82.24.74.04

accueil@foyer-rural-allan.fr

LES PIQUÉES DU FIL

Reprise le 01/09/2026

Pratique loisirs

Broderie, Tricot, Crochet,...

Les mardi et samedi

De 14h à 18h

Responsable : Sylvie BÉGOT

04.75.54.67.92

accueil@foyer-rural-allan.fr

MARCHE NORDIQUE

Reprise le 09/09/2026

Pratique loisirs

Mercredi 9h-11h

Vendredi 9h-11h

Responsable : Nathalie AUGER

gn.auger@gmail.com

06.87.39.18.18

MODERN LINE DANCE

Reprise le 09/09/2026

Pratique loisirs le mercredi :

Débutants 19h45-20h30

Novices 20h30-21h30

Novices/Inters 21h30-22h30

Le vendredi Inters/Inters Avancés:

14h30-17h

Responsable : Nadine THIERS

06.79.67.07.26

danseenligne@foyer-rural-allan.fr

RANDONNÉE PÉDESTRE

Reprise le 08/09/2026

Pratique loisirs

Le mardi après-midi :

2 groupes (2 niveaux)

Le jeudi : journée complète

Responsable : Laurence CONDAMIN

06.27.68.45.78

randoallan@orange.fr

REMUE-MÉNINGES

Reprise le 09/09/2026

Deux mercredis par mois

De 9h30 à 11h30

Responsable : Nathalie RAILLON

06.82.34.13.81

accueil@foyer-rural-allan.fr

TENNIS Reprise le 14/09/2026

Cours de tennis :
lundi de 19h45 à 21h
intermédiaires et confirmés
jeudi de 18h45 à 20h Intermédiaire
jeudi de 20h à 21h15 débutants et
intermédiaires

Responsable : Aurélie SYLVESTRE
06.61.89.96.25

TENNIS DE TABLE Reprise le 10/09/2026

Pratique loisirs
Le jeudi de 20h à 22h
Responsable : Kevin GUEUGNEAU
06.32.21.20.19

YOGA

Le mardi
De 8h45 à 10h15
Et de 18h30 à 20h00
Le mercredi
De 8h45 à 10h15
Responsable : Chantal MATHIEU
yoga@foyer-rural-allan.fr

ZUMBA

Le mercredi
de 18h30 à 19h30
Responsable : Marie-Claire FELET
06.77.65.65.06
gymnastique@foyer-rural-allan.fr

REJOIGNEZ-NOUS

SUR INSTAGRAM
frallanjeunesse



SUR FACEBOOK
Foyer Rural Allan



LOCATION DE SALLE

Pour un anniversaire
un mariage ou une
cousinade, vous pouvez
louer une, deux ou trois
salles à l'espace d'animation
Photos + Détails sur
www.foyer-rural-allan.fr
Pour tout renseignement :
Daniel SOUBEYRAND
gerance@foyer-rural-allan.fr

LOCATION DE JOËLETTE



CONTACTEZ-NOUS

Pour tout renseignement,
adressez-vous à l'accueil
Ouvert le lundi de 14h à 18h,
le mercredi de 14h à 16h,
le jeudi et le vendredi
de 10h à 12h.
04.75.90.51.98
accueil@foyer-rural-allan.fr
Site : www.foyer-rural-allan.fr